

# 11月給食だより

令和3年10月29日(金)  
中野区立桃園第二小学校  
校長 山崎 義弘  
栄養士 野口 菜穂子

秋も深まってきました。11月3日(水)は、「文化の日」です。この日は、自由と平和を愛し、文化をすすめる日とされています。世界にはいろいろな文化があり、食文化もさまざまです。いろいろな食文化に目を向けると、自分たちの食文化を改めて知ることができます。

## ハラール食ってなんだろう？

日本には、約10～20万人のムスリム(イスラム教徒)が暮らしているといわれます。ムスリムは、豚肉や酒などは神によって禁じられているため、それらを飲食することはしません。牛乳・たまご・豆・海藻類・野菜・くだもの・穀物・魚などの食べ物は、ハラール(許された)食といい、食べることができます。日本でもハラール食を取り扱う飲食店が増えているそうです。

ハラール(許されているもの)	ハラーム(禁止されているもの)

## 保護者のみなさま

子どもたちは、学校生活や友人との関わりを通して、自分とは異なる価値観や文化に触れる機会があります。食に関しても、宗教や考え方により、いろいろな文化があることを理解し合うことが大切だと考えます。ご家庭でも、多様な考え方や文化を理解することの大切さについてお話ししてください。

# 11月の給食目標「感謝の気持ちで食事をしよう」

11月23日（火）は、勤労感謝の日です。農業、漁業、畜産業などにかかわっている人や、配送をしたり食事を作ったりする人など、いろいろな人たちのおかげで毎日食事をすることができます。こうした方たちへの感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

## ★給食を支えてくれる人やもの★



た 食べものを育てたり



とったりしてくれる人



生きものの命



給食費を  
はらってくれる人



食べものを  
売ってくれる人

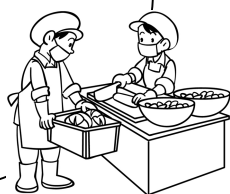
献立を考えて

くれる人



給食を作って

くれる人



食事の  
あいさつ

「いただきます」  
「ごちそうさま」



食べ物を食べるということは、動植物の命をいただくことです。その食べ物をいただくことや、料理をしてくれた人に感謝の気持ちを込めて、「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつを忘れないようにしましょう。

さかな  
魚

やさい  
野菜

ぎゅうにゅう  
牛乳

まめ  
豆

くだもの  
たまご

かいそうるい  
海藻類

こくもつ  
穀物

ぶたにく  
豚肉

ベーコン  
ハム

さけ  
酒